

Zuekin harremanetan jartzen gara berriro ere [BIZITZA](#) PLATAFORMATIK, osasunaren eta askatasunaren alde lan egiten dugun 33 talde osatutako plataforma. Oraingoan, "El Club de los agujeritos" deitzen den ume eta gazteei zuzendutako [ekimen](#) interesgarri honen berri emateko eta zuen ikastetxetik parte hartzen animatzeko idazten zaituztegu. Ekimen honen helburua da marrazkien, abestien, pasadizoen edo iritzien bitartez, adingabeek pandemiari buruz duten bizipen eta sentimenduak batzea, gerora liburu batean bilduko den materiala izango dena.

Bidalketak egiteko epea zabalik egongo da hilabete batzuetan zehar, parte hartzeko denbora izateko eta lanak helbide elektronikoko hauetara bidali behar dira: alkymica@gmail.com eta sisive2606@gmail.com.

Desde la PLATAFORMA [BIZITZA](#), formada por 33 grupos y asociaciones que trabajamos a favor de la salud y la libertad, nos ponemos en contacto con ustedes para animarles a participar, desde su centro, en una interesante [iniciativa](#) del "Club de los agujeritos" de la que hemos tenido noticia, dirigida a niños/as y adolescentes. El objetivo es recoger mediante dibujos, canciones, anécdotas u opiniones, las vivencias, sentimientos... de los y las menores acerca de la pandemia, material que posteriormente va a ser recogida en un libro.

El plazo permanecerá abierto unos meses para dar tiempo a que haya suficiente participación, que ha de enviarse a uno de estos emails: alkymica@gmail.com y sisive2606@gmail.com.



¡DAMOS LA PALABRA A LOS NIÑ@S Y ADOLESCENTES

Una experiencia para chavales de 5 a 16 años

RESPECTA LA INFANCIA

Jardua nindoaq
Judatze nindoaq

EXPRESA COMO QUIERAS, LIBREMENTE

Mediante dibujos, canciones, anécdotas u opiniones lo que ha dejado esta pandemia en vuestra vida, cuéntame (en la cara de un folio) lo que has vivido, sentido, a quien echas de menos, que cambiarías o si tienes un mensaje que quieres que sepa la sociedad, los profes u otros compañeros.

Lo que nos envíes será publicado en un libro, puede ser anónimo, con un apodo, solo dínos tu edad y ciudad.

Esribenes un mail con tu experiencia alkymica@gmail.com sisive2606@gmail.com

HAZ UN DIBUJO, CUENTA UNA HISTORIA O EXPRESALO EN FORMA DE COMIC.

SE ACEPTAN TAMBIÉN IDEAS Y CUALQUIER INICIATIVA POR PARTE DE TODOS QUIENES DESEEN PARTICIPAR EN EL CLUB DE LOS AGUJERITOS. (Ya está en Instagram)

Gure ustez, haur eta nerabeei azken bi urteetan bizi izan dutena adierazteko aukera ematea, lehentasuna da, egoera kontutan hartuta, eta ekimen hau horretarako oso aproposa da. Bere bizitzan eta harremanetan jasaten ari diren mugak, erruduntasunak, beldurrean bizitzeak eta hazteak ondorio suntsitzaileak dituzte dagoeneko gazteetan maila psikologikoan eta emozionalean, adibidez, ANAR Fundazioaren azken urteko [txostenean](#) jasota geratu den bezala. Alarma-egoeran funtsezko zerbitzuen operadore deklaratuak, honako emaitza hauek argitaratu ditu: suizidio-ideien %244,1eko igoera, autolesioen %246,2ko igoera,

Creemos que dar a los niños, niñas y adolescentes la posibilidad de expresar lo que sea que necesiten acerca de este tiempo vivido, dadas las circunstancias, es una prioridad, y ésta es una bonita oportunidad para ello. Las limitaciones que están sufriendo en su vida y en sus relaciones, la culpabilización, vivir y crecer en el miedo, ... están teniendo ya unas consecuencias devastadoras a nivel psicológico y emocional en los menores, como lo demuestran, por ejemplo, los datos recogidos en el último informe anual de la Fundación [ANAR](#), declarada operadora de Servicios Esenciales durante el Estado de Alarma: incremento del

elikadura nahasmenduen % 826,3ko igoera eta hau guztia epe laburrean; beraz, hurren kalteberatasuna eta etorkizuneko osasunaren lehen etapen maila guztietan duten eragina kontutan hartuta, epe ertain eta luzera egoera are larriagoa espero daiteke. Esperientzia puntual larri bat edo intentsitate desberdineko hainbat esperientzia metatzea traumatizat har ez daitezen, funtsezkoa da isilean edo bakardadean ez bizitzea.

Esperientzia horiek adieraz eta parteka daitezkeenean, haien eragina arindu egiten da. Eman diezaiegun, behintzat, aukera hori.

Eskerrak aurretiaz ematen dizkizuegu entzutearren eta beraiek entzutearren. Milesker.

Bizitza Hezkuntza
2021eko azaroa.

244,1% de las ideas de suicidio, incremento del 246,2% de las autolesiones, incremento del 826,3% en trastornos de la alimentación, ... Y todo esto a corto plazo, con lo que, dada la vulnerabilidad de la infancia y la influencia de las primeras etapas de vida en la salud futura a todos los niveles, lo esperable a medio y largo plazo es una situación aún bastante más grave.

Para que una experiencia puntual grave y/o la acumulación de varias de diversa intensidad, no adquieran la condición de trauma, es clave que no sea vivida en silencio y soledad. Cuando dichas experiencias pueden ser expresadas y compartidas, su impacto se atenúa. Démosles, al menos, esa posibilidad.

Gracias de antemano por escucharnos y escucharlos.

Bizitza Hezkuntza
Noviembre de 2021.